യോഗവാസിഷ്ഠഃ/പ്രകരണമ് 3✓
(ഉത്.പത്തിപ്രകരണമ്)/സർഗം 112✓

ശ്രീവസിഷ്ഠ ഉവാച .

യസ്മിംസ്/തസ്മിൻ/പദാർഥേ-ഹി/ യേന തേന യഥാ തഥാ .
തീ+വ്ര/സംവേഗ-സംപന്നം/ മനഃ(ഫ്) പ+ശ്യതി വാ+ഞ്ഛിതമ് .. 1

ജായതേ+ മ്രിയതേ ചൈഷാ മനസസ്/തീ+വ്ര-വേഗിതാ .
സൗമ്യാമ്ബു-ബുദ്ബുദാ-ലീവ നിർ/നിമി+ത്താ+ സ്വഭാവതഃ .. 2

ശീതതാ തുഹിന+സ്യേവ ക+ജ്ജല+സ്യേവ കൃഷ്ണതാ .
ലോലതാ മനസോ രൂപം(ൻ) തീ+വ്രാ/തീ+വ്രൈക/രൂപിണീ .. 3

ശ്രീരാമ ഉവാച .
കഥ-മ+സ്യാതി-ലോല+സ്യ വേഗോ വേഗൈക-കാരണമ് .
ചലതാ മനസോ+ ബ്ര+ഹ്മൻ/ബലതോ വിനി-വാര്യതേ .. 4

ശ്രീവസിഷ്ഠ ഉവാച .
നേഹ ച+ഞ്ച-ലതാ-ഹീനം മനഃ(ഖ്) ക്വചന ദൃ+ശ്യതേ .
ച+ഞ്ചല+ത്വം/ മനോ-ധർമോ വഹ്ണേർ/ധർമോ യഥോഷ്ണതാ .. 5

യൈഷാ ഹി ച+ഞ്ചലാ+ സ്പന്ദ/ശ+ക്തി+ശ്ചി+ത്ത+ത്വ-സം+സ്ഥിതാ .
താം(വ്) വി+ദ്ധി മാനസീം ശ+ക്തിം(ഞ്) ജഗ-ദാഡമ്ബ-രാ+ത്മികാമ് .. 6

സ്പന്ദാ+സ്പ+ന്ദാ-ദൃതേ വായോ/+ര്യഥാ സ+ത്തൈവ നോ+ഹ്യതേ .
തഥാ ന ചി+ത്ത-സ+ത്താസ്തി ചഞ്ചല+സ്പന്ദനാ-ദൃതേ .. 7

യ+ത്തു ച+ഞ്ച-ലതാ-ഹീനം(ൻ) ത+ന്മനോ/ മൃത-മുച്യതേ .
തദേവ ച തപഃ(ശ്)ശാസ്ത്ര-സി+ദ്ധാ+ന്തോ മോ+ക്ഷ ഉ+ച്യതേ .. 8

മനോ-വിലയ-മാ+ത്രേണ ദുഃഖ-ശാന്തി-രവാ+പ്യതേ .
മനോ-മനന-മാ+ത്രേണ ദുഃഖം/ പരമ-വാ+പ്യതേ .. 9

ദുഃഖമുത്പാ-ദയ+ത്യു+ച്ചേ-രു+ത്ഥിത+ശ്ചി+ത്ത-രാ+ക്ഷസഃ .
സുഖായാ-ന+ന്ത-ഭോഗായ/ തം പ്രയത്-നേന പാതയ .. 10

ത+സ്യ ച+ഞ്ചലതാ യൈഷാ/+ ത്വവി+ദ്യാ രാമ സോ+ച്യതേ .
വാസനാ-പദ-നാമ്നീം(ൻ) താം(വ്) വിചാരേണ വിനാശയ .. 11

അവി+ദ്യയാ വാസനയാ/ തയാ+ന്ത+ശ്ചി+ത്ത-സ+ത്തയാ .
വിലീനയാ/+ ത്യാഗ-വശാത്/പരം/ ശ്രേയോ്ഽധി-ഗ+മ്യതേ .. 12

യ+ത്തത്-സദ-സതോർ/മധ്യം(യ്)
യ+ന്മ+ധ്യം(ൻ) ചി+ത്ത്വ/ജാ+ഡ്യയോഃ .
ത+ന്മനഃ(ഫ്) പ്രോ+ച്യതേ രാമ+ ദ്വയോർ/ദോലാ-യിതാ-കൃതി .. 13

ജാ+ഡ്യാനു-സംധാന-ഹതം(ഞ്) ജാ+ഡ്യാ+ത്മ-കതയേ+ദ്ധയാ .
ചേതോ ജഡ+ത്വ-മായാതി/ ദൃഢാ+ഭ്യാസ-വശേ-ന ഹി .. 14

വിവേകൈ/കാനു-സംധാനാ+ച്ചിദം/ശാ+ത്മ-തയാ മനഃ .
ചിദേകതാ-മുപാ-യാതി ദൃഢാ+ഭ്യാസ-വശാ-ദിഹ .. 15

പൗരുഷേണ+ പ്രയത്-നേന യസ്മി+ന്നേവ പദേ മനഃ .
പാ+ത്യതേ തത്/പദം/ പ്രാപ്യ/ ഭവ+ത്യ+ഭ്യാ-സതോ ഹി തത് .. 16

പുനഃ(ഫ്) പൗരുഷ-മാ+ശ്രിത്യ ചി+ത്തമാ+ക്രമ്യ ചേതസാ .
വിശോകം പദമാ+ശ്രി+ത്യ നിരാ-ശങ്കഃ(സ്) സ്ഥിരോ ഭവ .. 17

ഭവ-ഭാവ-നയാ മ+ഗ്നം/ മന-സൈവ ന ചേ+ന്മനഃ .
ബലാ-ദു+ത്താ+ര്യതേ രാമ തദു-പായോ്ഽ+സ്തി നേതരഃ .. 18

മന ഏവ സമർഥം വോ മനസോ ദൃഢ-നി+ഗ്രഹേ .
അരാജാ കഃ(സ്) സമർഥഃ(സ്) സ്യാ+ദ്രാ+ജ്ഞോ രാഘവ നി+ഗ്രഹേ .. 19
തൃഷ്ണാ+ഗ്രാഹ-ഗൃഹീതാനാം സംസാ-രാർണവ-രംഹസി .
ആവർ/തൈരു+ഹ്യ-മാനാനാം(ൻ) ദൂരേ+ സ്വം മന ഏവ നൗഃ .. 20

മന-സൈവ മനശ്-ഛി+ത്ത്വാ പാശം പരമ-ബ+ന്ധനമ് .
ഉ+ന്മോചിതോന യേനാ+ത്മാ നാസാ-വ+ന്യേന മോ+ക്ഷ്യതേ .. 21

യാ യോദേതി മനോ-നാമ്നീ/ വാസനാ വാസിതാ+ന്തരാ .
താം(ൻ) താം/ പരിഹരേത്/പ്രാ+ജ്ഞസ്/തതോ്ഽവി+ദ്യാ+ക്ഷയോ ഭവേത് .. 22

ഭോഗൗഘ-വാസനാം(ൻ) ത്യ+ക്ത്വാ+ ത്യജ+ ത്വം/ ഭേദ-വാസനാമ് .
ഭാവാ-ഭാവൗ/ തതസ്/ത്യ+ക്ത്വാ നിർവി/കല്പഃ(സ്)സുഖീഭവ ..23

അഭാവനം/ ഭാവനായാസ്/ത്വേതാവാ+(ൻ-വാ)-സനാ+ക്ഷയഃ .
ഏഷ ഏവ മനോ-നാശസ്/ത്വവി+ദ്യാ-നാശ ഉ+ച്യതേ .. 24

യദ്യത്-സംവേ+ദ്യതേ കിംചിത്-ത+ത്രാസം-വേദനം പരമ് .
അസം-വി+ത്തിസ്തു നിർവാണം(ൻ) ദുഃഖം/ സം-വേദനാദ്/ഭവേത് .. 25

സ്വേനൈവ തത്/പ്രയ+ത്നേന പുംസഃ(സ്) സംവേ+ദ്യതേ+ ക്ഷണാത് .
ഭാവ+സ്യാ-ഭാവനം ഭൂ+ത്യൈ ത+ത്തസ്മാൻ-നിത്യ-മാഹരേത് .. 26

രാഗാ-ദയോ യേ മന-സീപ്സി-താസ്തേ
ബു+ദ്ധ്യേഹ താംസ്-താംസ്/ത്വമ-വസ്തു-ഭൂതാൻ .
ത്യ+ക്ത്വാ തദാ+സ്യാങ്കുര-മസ്ത-ബീജം
മാ ഹർഷ-ശോകം/ സമു-പൈഹി തൃപ്തഃ .. 27

ഇ+ത്യാർഷേ+ ശ്രീവാസിഷ്ഠ-മഹാരാമായണേ വാല്മീകീയേ മുഖര-
വേണോപ-ദേശാംശ-കഥനം(ൻ) നാമ+
ദ്വാദശോ+ത്തര-ശത-തമഃ(സ്) സർഗഃ .. 112 ..
ഓം
****
CHECKED BY GURU P.R.IYER
6.10.23